

## Rezept Grüntee-Ingwer-Drink

### Zutaten:

- Grüntee Tee
- Schwarzer Johannisbeersaft
- Limette
- Ingwer
- Honig

### Zubereitung:

Grüntee mit 70 °C -warmem Wasser aufbrühen, 1-2 Minuten ziehen lassen. Mit schwarzem Johannisbeersaft, Limette, Ingwer und Honig mischen.  
Extra-Kick durch Teein, die leichte Schärfe des Ingwers, Zitronensäure und Vitamin C.  
Johannisbeeren sind außerdem reich an zellschützenden Anthocyanen und schmerzlindernder Salicylsäure.

Quelle: <http://www.teepapst.com/?p=894>

